

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
07.10.2025 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Коваленко
07.10.2025 г

МЕНЮ

07.10.2025

Меню разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача
Приятного аппетита!



ШКОЛА №

ДЕНЬ 7

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 5-11 кл без молока кисломолочных пшеницы	фрукты	161	Яблоки	1 шт	23,29	70,50	0,00	0,00	17,64
	гор блюдо	282	Тефтели "Домашние"	60	60,04	112,70	10,10	6,90	5,40
	гор блюдо	219	Картофель отварной	170	38,76	152,00	3,00	0,60	24,45
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200	2,91	53,00	0,20	0,00	13,70
			ИТОГО:	565	125,00	388,20	13,30	7,50	61,19
обед 1-4 кл Без молока, сдобы, кондитерских, макарон	1 блюдо	70	Суп картофельный	200,00	21,10	142,30	6,90	7,47	17,40
	2 блюдо	173	Биточки рыбные "Новые" (филе минтая)	80	67,14	152,30	10,50	11,85	18,50
	гарнир	271	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, т	120	51,16	104,00	3,20	3,50	13,27
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	7,46	61,00	0,10	0,10	15,41
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	28,60	2,52	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	20,00	1,62	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	649	151,00	631,65	25,83	23,61	93,18
обед 5-11 кл Без молока (казеин), пшеницы	1 блюдо	70	Суп картофельный	250,00	26,38	177,90	8,63	9,34	21,75
	2 блюдо	173	Рыба (филе минтая) припущенная	80	90,00	169,20	11,70	13,17	20,60
	гарнир	271	Кабачки тушеные (кабачки, морковь, лук репчатый, т	120	51,16	104,00	3,20	3,50	13,27
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	7,46	61,00	0,10	0,10	15,41
			ИТОГО:	650	175,00	512,10	23,63	26,11	71,03

- 1.Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)
2.Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)
3.Для приготовления всех блюд используется йодированная соль.

Старший повар_____